



HGO CLUBORGAN

Nr. 115

Liebe HGO-Fans

Vorliegende Ausgabe hat etwas länger auf sich warten lassen... allen vielen Dank für Eure Geduld ☺

Dieses Jahr haben die Sommerferien einen besonderen Geschmack nach der CORONA-Krise gehabt. Es bleibt zu hoffen, dass keine zweite Welle auf uns zukommt und die Meisterschaft plangemäss starten kann. In diesem Sinne haben sich sämtliche Teams bereits wieder sportlich intensiv betätigt.

Wie habt Ihr die Corona-Zeit überhaupt erlebt? Habt Ihr die Training-Zwangspause genossen oder war diese eher eine Quälerei? Wie unsere Trainer die abgebrochene Saison und die Zwangspause erlebt haben, erfahrt Ihr ab Seite 23.

Auch in dieser Ausgabe stellt sich die Junioren-Mannschaft vor; ab Seite 18 könnt Ihr erfahren, was diese junge Mannschaft mit dem unermüdlichen Einsatz ihrer Trainer bis jetzt erlebt und erreicht hat.

Wichtig: am **18. September 2020** findet die Hauptversammlung statt! Details dazu sowie das Protokoll letzter Versammlung sind ebenfalls in dieser Ausgabe zu finden.

Nun wünsche ich allen eine gute und möglichst spannende Lektüre!

HOPP HGO!
Chrige



(don't forget your mask...)



INHALTSVERZEICHNIS

Impressum	3
HGO Cluborgan	3
Aus dem Vorstand	5
Steckbrief	12
Event-Team («Herren1»)	12
Herzliche Glückwünsche zur Geburt	15
Aus den Teams	17
Damen	17
Junioren	18
Herren1	21
Herren2	22
Rückblick – Augenblick – Ausblick	23
Sponsoren HGO	28
Wichtige Termine	29
Who is who im HGO?	31
HGO im Facebook	35
HGO im Instagram (neu!)	36





Impressum

HGO Cluborgan

Das Vereinsorgan der Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen (HGO).
An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Vorstand:

Ürsu («Präsi»)

Aktive:

Michelle (Damen)
Nick (Junioren)
Tim (Herren2)

Redaktion:

Christine Etienne
Lutertalstrasse 31/17
3065 Bolligen

Sponsoren:

Siehe
Sponsorenliste

Druck:

Tanner Druck AG
Dorfstrasse 5
3550 Langnau i.E.

Auflage:

Erscheinungsweise:

Redaktionsschluss:

155 Stück

4 x jährlich

siehe Rubrik «Wichtige Termine» (Seite 29)



Ihr
Versicherungsbroker

Assurisk AG
INSURANCE & FINANCIAL
CONSULTING

Beratung in Versicherungs-
und Finanzdienstleistungen

Untere Zollgasse 28
Postfach, 3072 Ostermundigen 2
Telefon 031 330 60 60
Fax 031 330 60 65
assurisk@assurisk.ch
www.assurisk.ch



Aus dem Vorstand



Einladung zur 46. Hauptversammlung der HGOstermundigen, Ittigen, Bolligen

Freitag, 18. September 2020, 19.00 Uhr

Aula Oberstufenzentrum Eisengasse, Bolligen

Traktanden, weitere Details sowie das Protokoll der letzten Hauptversammlung sind auf den nächsten Seiten zu finden.

raumteiler

raumteiler | architekten



Immer da, wo Zahlen sind.



Als Ihr lokaler Partner begleiten wir Sie nicht nur in Finanzangelegenheiten, sondern engagieren uns auch für den Teamsport in unserer Region.

Wir wünschen den Mitgliedern der HGO eine erfolgreiche Saison.

Fabienne Zosso, Leiterin Geschäftsstelle Ittigen

Raiffeisenbank Worblen-Emmental

Biglen - Boll - Ittigen - Ostermündigen - Worb

Tel. 031 838 55 55

www.raiffeisen.ch/worblen-emmental

RAIFFEISEN

Wir machen den Weg frei



HANDBALLGRUPPEN

OSTERMUNDIGEN ITTIGEN BOLLIGEN

An alle Mitglieder
der Handballgruppen
Ostermundigen, Ittigen, Bolligen

Unser Zeichen nyu

Telefon + 41 79 793 55 62

E-Mail nyffeneggerurs@bluewin.ch

Datum 24.08.2020

Einladung zur 46. Hauptversammlung der HGOstermundigen, Ittigen, Bolligen

Freitag 18. September 2020, 19.00 Uhr
Aula Oberstufenzentrum Eisengasse, Bolligen

Traktanden:

1. Begrüssung/ Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der 45. Hauptversammlung
3. Jahresbericht Vorstand
4. Finanzen
 - Jahresrechnung 2019/2020
 - Revisoren Bericht
 - Budget 2020/2021
5. Wahlen
6. Ehrungen
7. Behandlung von Anträgen
8. Diverses



Im Anschluss an die Hauptversammlung, sind alle Mitglieder zu einem kleinen Imbiss eingeladen.

Das Protokoll der letzten 45. Hauptversammlung kann auf www.hgo.ch unter „News aus dem Vorstand“ heruntergeladen werden.

Anträge an die Hauptversammlung sind schriftlich bis am 14. September 2020 an den Präsidenten Urs Nyffenegger, Wiesenstrasse 49, 3014 Bern einzureichen.

Für Aktive, Senioren, Junioren ist der Besuch der Hauptversammlung obligatorisch. Entschuldigungen werden unter hgo@hgo.ch bis am 17. September 2020 entgegengenommen. Unentschuldigtes Fernbleiben wird mit einer Geldstrafe belangt.

Mit freundlichen Grüßen

Urs Nyffenegger
Präsident



HANDBALLGRUPPEN

OSTERMUNDIGEN ITTIGEN BOLLIGEN

Protokoll der 45. Hauptversammlung der HGO – Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen

Datum: 18. September 2019
Ort: Aula Oberstufenzentrum Eisengasse Bolligen
Zeit: 19:00 Uhr
Anwesend: 26 Personen

Traktanden

1. Begrüssung / Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der 44. Hauptversammlung
3. Jahresbericht aus dem Vorstand
4. Finanzen
 - 4.1 Jahresrechnung 2018/2019
 - 4.2 Revisoren Bericht
 - 4.3 Mitgliederbeiträge und Sponsoring 2019/2020
 - 4.4 Budget 2019/2020
5. Wahlen
6. Juniorenförderung
7. Sponsoring
8. Events
9. Behandlung von Anträgen
10. Ehrungen / Verdankungen
11. Diverses



HANDBALLGRUPPEN

OSTERMUNDIGEN ITTIGEN BOLLIGEN

Protokoll

1. Begrüssung / Wahl der Stimmzähler

Urs Nyffenegger begrüsst die Anwesenden. Die entschuldigten Mitglieder/innen werden erwähnt und die Traktandenliste wird aufgelegt. Als Stimmzähler werden Sven Klädtke, Nicolas Schneider und Thomas Käser gewählt.

2. Protokoll der 44. Hauptversammlung

Das Protokoll der 44. Hauptversammlung wurde im Internet publiziert und wird einstimmig angenommen.

3. Jahresbericht aus dem Vorstand

Das vergangene Vereinsjahr wird von Urs Nyffenegger und Franziska Leuenberger wie folgt Revue passiert:

- Eine traurige Nachricht erreichte uns anfangs Jahr. Still und leise ist unser langjähriges Ehrenmitglied Joe Riegler von uns gegangen. Ruhe in Frieden, wir behalten dich in guter Erinnerung.
- Herren 1: Die Hauptrunde war die reinste Selbstläufer Saison, welche nach 15 gewonnen und 3 verlorenen Spielen souverän auf dem ersten Platz abgeschlossen wurde. Die Aufstiegsspiele selber gingen dann jedoch leider verloren und es fehlten in der Endabrechnung magere 5 Tore für den Aufstieg.
- Herren 2: In ihrer ersten 3. Liga Saison endeten 8 der 14 verlorenen Spiele äusserst unglücklich mit einer Tordifferenz von weniger als 2 Toren – ganz nach dem Motto «wenn du kein Glück hast, kommt noch Pech dazu». Konsequenz daraus war der 9. Schlussrang und nur dank dem Entscheid am grünen Tisch, reichte es zum Ligaerhalt.
- Damen: Durch eine phänomenale Leistungssteigerung in der Hauptrunde belegten sie einen guten 5. Tabellenplatz in der Mitte der Gruppe, beinahe hätte es für die Aufstiegsspiele gereicht. Die Abstiegsrunde wurde ohne Verlustpunkte auf dem 1. Rang abgeschlossen.
- Juniorenförderung: Nebst dem Betrieb von zwei Schulsport-Klassen in Boll und Worblaufen, startet bald auch eine in Ostermundigen. Am 4.9.2019 fand ein 1. HGO U13 Probetraining mit 7 interessierten Junioren statt – eine sensationelle Entwicklung. Das neue Team soll aus verschiedenen Schulsportklassen vergrössert und erste Spiele in Turnierform absolviert werden.
- Events / Helferfälle: Sämtliche Events wurden durch das neue Eventteam bestens organisiert und durchgeführt. Die Anlässe waren gut besucht. Auch für die diversen Helfereinsätze konnten genügend Helfer gefunden werden, so dass einige Franken Sponsoringgeld an die Mitglieder erstattet werden.
- Finanzen: Leider schliessen wir die Jahresrechnung mit einem Verlust ab. Jedoch ist dieser Verlust nur halb so gross, wie prognostiziert / budgetiert.

Der Vorstand bedankt sich bei allen Mitgliedern, welche im letzten Jahr etwas zum Clubleben beigetragen haben.



HANDBALLGRUPPEN

OSTERMUNDIGEN ITTIGEN BOLLIGEN

4 Finanzen

4.1 Jahresrechnung 2018/2019

Die Jahresrechnung 2018/2019 (Bilanz und Erfolgsrechnung) wurde den Mitgliedern vorgestellt und einstimmig angenommen.

4.2 Revisorenbericht

Die Rechnung wurde durch die Rechnungsrevisoren Reto Kissling und Mike Brodbeck am 2.9.2019 geprüft und halten fest, dass die Buchhaltung durch den Kassier Matthias Kunz sauber und korrekt geführt wird, Stichproben alle gestimmt haben und die Bestände der Bilanz in Ordnung sind.

4.3 Mitgliederbeiträge 2019/2020

Die Mitgliederbeiträge bleiben für die Saison 2019/2020 unverändert.

4 Finanzen



4.3 Mitgliederbeiträge und Sponsoring 2019/2020

Die Mitgliederbeiträge bleiben auch in diesem Jahr gleich!

Die Möglichkeiten die Sponsoren Beiträge zu finanzieren, werden im Traktandum 7 Sponsoring erläutert.

- Aktive 250 CHF p.a. + 200 CHF Sponsoring Beitrag
- Aktive o. Lizenz 140 CHF p.a. + 200 CHF Sponsoring Beitrag
- Senioren 150 CHF p.a.
- Passive 40 CHF p.a.
- 111er Club 111 CHF p.a.

4.4 Budget 2019/2020

Matthias Kunz erläutert das Budget 2019/2020, speziell die Unterschiede zum vergangenen Budget.

Das Budget 2019/2020 wird einstimmig angenommen.

5. Wahlen

Folgende Vorstandsmitglieder stellen sich erfreulicherweise nochmals für 2 Jahre zur Wahl:

- Rahel Wäspi, Administrative Leiterin
- Franziska Leuenberger, Technische Leiterin
- Matthias Kunz, Kassier
- Peter Röthenmund, Marketing Leiter
- Urs Nyffenegger, Präsident

Die beiden Rechnungsrevisoren stehen zur Bestätigungswahl an:

- Mike Brodbeck
- Reto Kissling

Sämtliche zur Wahl stehende Personen werden mit einem grossen Applaus einstimmig wiedergewählt.



HANDBALLGRUPPEN

OSTERMUNDIGEN ITTIGEN BOLLIGEN

6. Juniorenförderung

Christoph Schaffer gibt einen kurzen Einblick in die bisherigen Aktivitäten bei der Juniorenförderung sowie die Ziele und nächsten Schritte (Teilnahme Turnier, Aufbau Schulsportangebot, etc.). Damit diese Ziele erreicht werden können und die Zukunft unseres Vereins gesichert wird, appelliert er an die aktive Mithilfe der Mitglieder (Coaches Schulsport, Hilfstrainer etc.).

7. Sponsoring

Der Sponsoringbeitrag von CHF 200.00 wird zusammen mit dem Mitgliederbeitrag verrechnet. Die Mitglieder haben anschliessend die Möglichkeit ihren Sponsoring-Anteil zurück zu bekommen. Je nach Anzahl geleisteten Einsätze an Helferevents (GP-Bern, Braderie, Ittiger-Märit) werden zwischen CHF 50.00 und CHF 150.00 erstattet. Pro Cluborgan-, Trikot-, Bandenwerbung oder HP-Sponsor wird einmalig CHF 50.00 zurückvergütet.

8. Events

Folgende Events finden in nächster Zeit statt:

Spaghetti-Plausch → 19.10.2019 / X-Mas Games → 12.12.2019 / HGO-Sommerfest → 19.06.2020

9. Behandlungen von Anträgen

Es sind keine Anträge beim Vorstand eingegangen.

10. Ehrungen / Verdankungen

Urs Nyffenegger erwähnt und ehrt folgende Mitglieder:

- | | |
|---------------------------------|--|
| • HGO Beizli | Thomas Joss |
| • IT-Support Homepage | Bruno Streit |
| • Cluborgan | Christine Etienne |
| • Spielplanverantwortung | Dino Hadorn |
| • Verantwortung Hallendienst | Sven Klädtke |
| • Schiedsrichter / Inspizienten | Stefan Kurth / Bernhard Handschin |
| • Jugendförderung | Christoph Schaffer, Marcel Jakob, Andreas Enggist,
Christof Schmutz, Stefan Zumbach, Sandro Mordasini |
| • Event-Team | Stefano Scassa, Alex Joss, Nick Bühler, Sven Klädtke,
Christa Humi, Angela Herren |
| • Trainer: | Kai Mehnert, Jürg Elmer, Stefan Moser |
| • Revisoren | Mike Brodbeck, Reto Kissling |
| • Vorstandskollegen | Rahel Wäspi, Franziska Leuenberger, Matthias Kunz,
Peter Röthenmund, Dino Hadorn |

11. Diverses

Der Verband sucht immer wieder interessierte Personen, welche sich zum Schiedsrichter ausbilden lassen möchten. Interessierte melden sich bitte beim Vorstand.

Urs Nyffenegger dankt den Versammelten und schliesst die Hauptversammlung.

Für das Protokoll

Administrative Leitung
(sig.) Rahel Wäspi

Präsident
(sig.) Urs Nyffenegger



Steckbrief

Event-Team («Herren1»)



Name, Vorname	Stefano Scassa
Nickname	Scassa, Scassalino, Stef
Körper- und Schuhgrösse	1.88 / 45
Position	Ehemalig am Kreis
Handball-Werdegang	Seit rund 18 Jahren beim HGO, aktuell «nur» noch im Eventteam tätig
Meinen Charakter mit 3 Worten beschreiben	Zuverlässig, Teamplayer, Loyal
Gelernter Beruf	Kaufmann
Gewünschter Beruf	Dart-Profi 😊
Lieblingshandballmannschaft (nebst HGO)	Keine
Lieblingsessen und -getränk	Grilladen mit Diversen Salaten / Rivella Rot
Meine Stärken (wenn überhaupt)	Beim Handball war es die Übersicht und Ruhe behalten
Meine Schwächen (wenn überhaupt)	dJungs würde säge «fassen»
Ein absolutes Fashion No go	Socke in Sandalen
Würdest Du für CHF 1'000.- Deinen Kopf rasieren?	Ja, meine Haare wachsen schnell wieder nach
Lieblingsurlaubsziel	Uf wo war ich noch nicht... Neuseeland



Darf in meinem Reisekoffer nicht fehlen	Mein Dartset
Traumauto	Aston Martin Vanquish
Halbleer oder Halbvoll	Halbvoll
Senf oder Ketchup	Senf für die Wurst, Mayo für die Pommes ☺
Katz oder Hund	Katze
Sonnenaufgang oder –untergang?	Beides Top
Schreiben oder lesen?	Bei mir weder noch...wenn dann aber lesen
Sandalen oder Turnschuhen?	Definitiv Turnschuhe
Das langweiligste Buch das ich gelesen habe	Da ich etwa nur 5 Bücher gelesen habe und dies schon lange her ist, kann ich mich nicht mehr daran erinnern
Lieblingssmotto	Sollte, Hätte, Könnte, Würde, MACHEN!
Letzte Person, mit der Du telefonierst hast	Monsour Najib, unser AXA Sponsor ☺
Was machst Du überhaupt nicht gerne?	Unnötig verlieren
Die peinlichste CD, die Du hast	Habe keine mehr
Wie kann man Dich am besten beeindrucken?	Wenn man mich im Dart bezwingt
Darf nach einem Training nicht fehlen	Eine warme Dusche
Singst Du unter der Dusche? Und wenn ja, was?	Nope, gar nicht mein Ding
Hobbies (nebst HGO ☺)	Wie schon oft gelesen Dart, Fussball-Schirri
Mit welchem Tier würdest Du Dich identifizieren?	Elefant
Nenne etwas, was Du schon immer mal machen wolltest, Dich aber nie getraut hast:	Aus dem Flugzeug springen
Wie lange noch bei HGO?	Passiv Mitglied wohl noch lange
Wie fandest Du diese Umfrage?	Gute Abwechslung und immer wieder spannend was die andern HGöler schreiben. See you am Spaghettiplousch



update Fitness Bern Ostermundigen

TESTE UNS



Gutschein für 10-Tage

Mit diesem Gutschein kannst du 10-Tage im update Fitness Center Ostermundigen unser Angebot kostenlos testen.

Pro Person 1 Gutschein einlösbar.

Ausgestellt durch:	update Fitness Ostermundigen
Überreicht an/am:	
Entgegengenommen im Center Visum/Datum:	



Herzliche Glückwünsche zur Geburt



Noe

Geboren am 12. Juli 2020 um 04.30h
(3'600g leicht und 51cm gross)

Mami Sandra alles Gute und Liebe





REFRESHING SOFTWARE

WWW.GARAIOLABS.COM



GARAIOLABS



Aus den Teams

Damen

Handball vs. Korbball

Nach vielen und auch erfolgreichen Jahren im Korbball war ich auf der Suche nach einer neuen Herausforderung. Über Mädi bin ich zum Handball und so zum HGO gelangt.

Handball ist vom Spielaufbau sehr ähnlich wie Korbball, nur viel schneller. Diese Gemeinsamkeit hat dazu geführt, dass ich vor zwei Jahren begonnen habe, Handball zu spielen. Der schnelle Ballwechsel, der ebenso schnelle Angriff und das Erkämpfen des Wurfes ist das, was mich begeistert beim Handball.

Wie auch im Handball gibt es im Korbball sehr viele Zweikämpfe, jedoch verlasse ich das Spielfeld beim Korbball meist mit weniger blauen Flecken als beim Handball. Auch die Spielzeit und die Endresultate sind unterschiedlich.

Im Handball beenden Mannschaften ein Match nach 40 Minuten mit 25 : 30. Währenddessen ein Korbball-Match nach 40 Minuten mit einem Resultat von 10 : 8 ausgeht.

Ein weiterer grosser Unterschied ist das Spielfeld. Handball wird in der Turnhalle mit Turnschuhen gespielt (Feldgrösse 40 x 20 Meter). Korbball wird hingegen auf Rasen und in Fussballschuhen gespielt (Feldgrösse 30 x 20 Meter).

Aber der grösste Unterschied zwischen Handball und Korbball ist der Torwart und sein Torwartfeld. Diese Position ist im Korbball nicht vorhanden.

Michelle



Junioren

Ein kleiner Lichtblick für die Zukunft unseres Vereins

Der HGO bietet seit Herbst 2019 jungen Leuten wieder an, den schönsten Sport den es gibt aus zu üben. Ihr habt richtig gelesen: Wir haben seit letztem Herbst wieder ein **Junioren-Team!**



Nach erfolgreicher Einführung des Handball Schulsportes war klar, dass das nächste Ziel eine Juniorenabteilung lauten muss. Motiviert wurde in einem auserwählten Gremium im Restaurant Bella Vita an einem Plan getüftelt. Wie bewegen wir Kinder dazu, welche in er heutigen Zeit leider fast nur noch Fussball und Hockey aus dem Medien kennen, Handball auszuprobieren. Die Antwort stand ziemlich schnell fest: Werbung, Werbung und Werbung.

Da wir bereits in mehreren Schulen Schulsport während der Mittagszeit anbieten, war klar, dass dies ein Kanal ist, den wir nutzen können. Zusätzlich wurden viele Lektionen «Handball macht Schule» (Wegen Bequemlichkeit des Autors im weiteren Text nur noch «HmS» genannt) durchgeführt. Bei diesen werden Schulen angefragt, ob man während einer oder zwei Sportlektionen vorbeikommen darf, um den Schulkindern Handball vorzustellen. Hier bereits mein erster Dank an alle Freiwilligen, welche unter der Woche in die Schulen fahren um «HmS» Lektionen durchzuführen.



Nun war es also so weit, wir haben Trainer, eine Halle, ein Datum für das erste Training und Motivation.

Kleiner Einschub: Vier Herren aus dem Herren 2 Team haben sich als Trainer gemeldet. Somit kann immer abwechselnd das Training von zwei Personen durchgeführt werden und wir haben genug Trainer, um allfällige Ausfälle zu meistern. Ein grosser Dank an Fäbu, Jänu, Petz und Nick (Autor) für ihren Einsatz und Engagement!



Von links nach rechts: Petz, Jänu, Fäbu, Nick

Das erste Training stand also vor der Tür! Leider war die Halle nicht wie erhofft voll. Aber fünf junge, motivierte Kinder kamen ins Training. Die Gefühle waren gemischt zwischen Freude und Stolz wieder ein Juniorentraining durchzuführen und ein wenig Enttäuschung, dass es dann doch nicht mehr Trainierende gab. Doch jeder fängt mal klein an und der Grundstein war gelegt.

Und tatsächlich, von Mal zu Mal kamen mehr, bis wir schlussendlich auf 9 bis 10 Trainierende kamen, welche das Training regelmässig besuchen! Die Anzahl Mädchen und Jungs ist dabei ziemlich ausgeglichen.

Nun aber halt! Trainieren ohne zu spielen? Das mag niemand! Also meldeten wir uns für zwei U13 Turniere an. Gleich am ersten Turnier konnte auch schon der erste Sieg geholt werden. Den Kindern wie auch den Trainern macht seither das Juniorentraining Spass. Jeder Erfolg motiviert alle sehr und wir blicken nach vorne auf die neue Saison, da im Frühling leider früher als geplant durch den Corona-Virus abgebrochen werden musste.



Das Ziel ist sicher, noch mehr Kinder zu motivieren, damit wir bald ein Team mit 14 Spielern stellen können. In der kommenden Saison spielen wir noch einmal im Turniermodus. Danach folgt hoffentlich einmal normaler Saison-Betrieb ☺

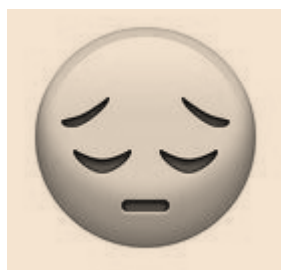
Bis dahin steht noch viel Arbeit vor uns, welche aber mit Freude angegangen wird.

Nick





Herren1





Herren2

...und weiter geht's!

Laut BAG durften wir ab Anfang Juni wieder trainieren – das ganze zwar ziemlich eingeschränkt mit bestimmten Voraussetzungen; Bereits im Sporttenuue anreisen, die Hände vor dem Betreten der Halle zu desinfizieren, und die Schuhe in einer dafür vorhergesehenen Fläche zu wechseln. Zudem galt, dass wir genügend Abstand voneinander hielten. Dies taten wir auch, denn das Training wurde stets so geplant, dass wir «Einzelübungen» hatten.

Um Verletzungen zu vermeiden, die Sprungkraft zu erhöhen und die Ausdauer aufzupeppen hatten wir mehrere Parcours. An der Trainingspräsenz können wir weiterarbeiten, ist jedoch verständlich, dass Mann nach einer 3-monatiger Pause nicht direkt wieder zwei Mal pro Woche im Training erscheinen will – wenn die Sommerferien vor der Tür stehen und man sich wieder mit seinen Leuten treffen kann. Nach den Sommerferien heisst es dann wieder 100% Einsatz von jedem, Training am Dienstag mit dem Herren 1 und mittwochs alleine.

Nun stehen schon die ersten Testspiele an, bevor dann die nächste Meisterschaft anfängt – hoffen wir, dass diese nicht abgebrochen wird.

Tim





Rückblick – Augenblick – Ausblick

Von unseren Trainern...



Die Saison 2019/20 in 1 Wort

Turbulent

Die beste Erinnerung

Der ersehnte Sieg gegens HGO 1

Die grösste Herausforderung

Gewohnheiten/Muster zu verändern.

Das Team hat seine Ziele erreicht, weil...

Wir hatten 5 neue Ziele, die sie umsetzen sollten. Gegen Ende der Saison, wurden sie immer mehr umgesetzt. Neue Ziele muss man sich zuerst verinnerlichen und sie müssen im Training geübt werden. Doch meine Mannschaft hatte immer den Willen sich zu verbessern. Ich schätze ihren Einsatz! Es ist deutlich ein Unterschied zu sehen.

Ein verpasstes Ziel

Unsere Motivation leidet manchmal zu stark.

Dein Team hat Dir diesen Spitznamen vergeben...

Coach

Während des Lockdowns hast Du...

Die vergangene Saison revue passieren lassen, und mit einem Fazit die neue Saison angefangen zu planen.

Dein Wunsch für die Saison 2020/21

Die Freude am Handball in meinem Team zu fördern und bei jedem einen eigenen Erfolg zu erzielen.



Die Saison 2019/20 in 1 Wort (bitte nur 1 Wort J)

Intensiv

Die beste Erinnerung

Da gibt es einige. Aus der Vorbereitung z. B. die Nachricht dass wir einige Neuzugänge bekommen. Weiterhin war der Samstag des Trainingsweekends ziemlich gelungen. Ausserdem haben wir es geschafft fast die komplette Mannschaft beim Fotoshooting beisammen zu haben.

Zwei Matches bleiben sicher in Erinnerung:

Der Auswärtssieg in Visp mit einem Tor Unterschied mit einem dünnen Kader und viel Emotionen (zum Glück hatte ich noch Kleingeld für 3 Bier nach dem Match :D)

Der Heimsieg gegen Thun. Von der Einstellung her beeindruckend, volle Bank, jede Spielerin konnte sich hervorragend einbringen was ein ausgezeichnetes Resultat zur Folge hatte.

Die Auswärtsfahrten in der Aufstiegsrunde Richtung Genf und Nyon etc. fand ich sehr aufregend. Es war neues Terrain, gegen die Gegner hat man nie gespielt vorher, etc.. Es erinnerte mich daran wie ich als Jugendspieler oder Betreuer Turniere in Holland oder Dänemark gespielt habe, weil dort auch alles neu war. Oder als ich in Hüllhorst in der 1. Herrenmannschaft mitspielen durfte und wir lange Auswärtsfahrten zu starken Gegnern hatten.

Die grösste Herausforderung

Jedes Training ist eine Herausforderung (auch nach ca. 1'392 Stunden Trainingszeit mit Vorbereitung und Anfahrt). Geduld zu haben ist manchmal schwierig und alle unterschiedlichen Bedürfnisse, Grat zwischen sportlichen Ambitionen und Spass, etc. unter einen Hut zu bekommen.

Das Team hat seine Ziele erreicht, weil...

Wir hatten in dem Sinne kein Ziel was sich an einem Ergebnis oder Zahlen messen lässt. Die Entwicklung zählt, und die fand ich positiv weil vor allem in den Trainings unter grosser Beteiligung motiviert trainiert werden konnte. Hin und wieder sah man sogar die ein oder andere Spielerin mal lächeln ;)



Ein verpasstes Ziel

Ich denke nicht, dass wir irgendetwas verpasst haben, ausser die Saison zuende zu spielen, aber das lag ja nicht in unserer Hand.

Dein Team hat Dir diesen Spitznamen vergeben...

Ich habe meines Wissens von den Damen keinen Spitznamen bekommen.

Während des Lockdowns hast Du...

- viel gearbeitet
- meine Möbel geputzt, geschliffen und lackiert
- jonglieren gelernt
- das ein oder andere mal draussen gejoggt und ein Homeworkout praktiziert
- meine Wohnung geputzt
- Zeugs im Internet bestellt
- viel nachgedacht

Dein Wunsch für die Saison 2020/21

Das es weitergeht.



Gigaset GX290

- rundum stoßfest
- staub- und wasserdicht
- ultra starker Akku





Gigaset

GX290

**Wasser. Staub. Stoßfest.
Jeder Herausforderung gewachsen.**

- 6,1", Tageslicht adaptives 19,5:9 HD+ V-Notch Display mit Corning Gorilla Glas 3
- Octa-Core Prozessor mit 4G LTE, unterstützt VoLTE und VoWiFi
- 13 MP (SONY Sensor) + 2 MP Dual Hauptkamera mit ArcSoft Optimierung und 8 MP Frontkamera
- 6200 mAh Lithium Polymer Akku mit 9V 2A PE+ Schnellladung
- Face ID und Fingerprint Sensor mit Multi-Funktionen
- Bis zu 15 W Wireless Charging und NFC
- IP68 Standard
- USB Typ-C mit On-The-Go Funktion



Sponsoren HGO

CLUBORGAN

Assurisk, Untere Zollgasse 28, 3072 Ostermundigen

Apotheke Moser, Bernstrasse 33, 3072 Ostermundigen

Friedrich Sport, Waldheimstrasse 8, 3072 Ostermundigen

Garaio AG, Laupenstrasse 45, 3001 Bern

Restaurant Bella Vita, Bolligenstrasse 52, 3006 Bern

raumteiler gmbh, Bahnhofstrasse 25, 3629 Kiesen

Raiffeisenbank Worblen-Emmental, Talweg 2, 3063 Ittigen

Gigaset Schweiz GmbH, 4500 Solothurn

Update Fitness, Ostermundigenstrasse 95, 3006 Bern

BANDENWERBUNG

Raiffeisenbank Worblen-Emmental, Talweg 2, 3063 Ittigen

DRESSWERBUNG

AXA Hauptagentur F. Faricelli, Könizstr. 295, 3098 Köniz

Raiffeisenbank Worblen-Emmental, Talweg 2, 3063 Ittigen

Gigaset Schweiz GmbH, 4500 Solothurn

Restaurant Bella Vita, Bolligenstrasse 52, 3006 Bern

Friedrich Sport, Waldheimstr. 8, 3072 Ostermundigen

Frauenverein Bremgarten, Johanniterstrasse 24, 3047 Bremgarten bei Bern

Update Fitness, Ostermundigenstrasse 95, 3006 Bern



Wichtige Termine

HGO-Events / Helfer-Events

Wann	Was/Wo
18. September 2020	Hauptversammlung
17. Dezember 2020	X-Mas Games (mit Vorbehalt)
Noch offen	Spaghetti-Plusch



Redaktionsschlüsse beim Cluborgan

Für das Cluborgan gelten folgende Redaktionsschlüsse:

Cluborgan	Redaktionsschluss
116	30. November 2020
117	15. April 2021
118	15. Juli 2021
119	15. Oktober 2021

Es müssen alle Berichte, Fotos, Witze usw. bis spätestens den angegebenen Daten bei der Redakteurin eingetroffen sein. Ansonsten können die Beiträge nicht mehr berücksichtigt werden. Danke für Euer aktives Mitmachen.



Wir wünschen viel Erfolg

Monsour Najib

Telefon 031 978 14 45

Mobile 079 595 99 22

monsour.najib@axa.ch

AXA

Hauptagentur Franco Faricelli

Könizstrasse 295

3098 Köniz

AXA.ch/koeniz





Who is who im HGO?



Vereinsadresse	HGO, Postfach 1214, 3072 Ostermundigen	
	hgo@hgo.ch	www.hgo.ch

Vorstand		
Präsident	Urs Nyffenegger, Wiesenstrasse 49, 3014 Bern	
	nyffeneggerurs@bluewin.ch	M 079 793 55 62
Vize-Präsident Marketing-Leiter	Peter Röthenmund, Impasse des Cerisiers 49, 1585 Bellerive	
	roethenmund@ihost.ch	M 079 442 28 01
Kassier	Matthias Kunz, Papiermühlestrasse 151, 3063 Ittigen	
	tisukunz@bluewin.ch	M 079 378 98 34
Technische Leiterin	Franziska Leuenberger-Flückiger, Sonnenrain 48, 3065 Bolligen	
	ziska31@gmx.ch	M 079 358 84 83
Administrative Leiterin	Rahel Wäspi-Grünig, Waldeckstrasse 9, 3315 Bätterkinden	
	rahel.waespi@hotmail.com	M 078 775 21 37
Beisitzer	Dino Marc Hadorn, Bergackerweg 13, 3066 Stettlen	
	dino.hadorn@bluewin.ch	M 079 694 38 50



APOTHEKE
moser
OSTERMUNDIGEN

Bernstrasse 33 • 3072 Ostermündigen
Tel. 031 931 12 65 • Fax 031 932 18 66

**Seit 70 Jahren Ihr
Ansprechpartner
für Gesundheit und
Medikamente**



Teamverantwortliche		
Trainer Herren 1	Jürg Elmer, Vorderdorfstrasse 8, 3114 Wichtrach	
	juerg.elmer@bluewin.ch	M 079 905 53 52
Trainerin Herren 2	Marina Szidat, Mühletalstrasse 2, 3110 Münsingen	
	marina_szidat@hotmail.com	M 078 669 24 94
Trainer Damen	Kai Mehnert, Fischrain 60, 3063 Ittigen	
	k.mehnert@gmx.net	M 078 948 57 67
Junioren	Christoph Schaffer, Bollhölzliweg 22, 3067 Boll	
	christoph.schaffer@bluewin.ch	M 079 232 31 64
Senioren	Henri Buta, Büschiackerstrasse 51, 3098 Schliern	
	henri.but@3wconsulting.ch	M 076 392 60 41

Funktionäre		
Schiedsrichter- inspizient	Bernhard Handschin, Moosweg 26a, 3072 Ostermundigen	
	be.handschin@bluewin.ch	P 031 931 10 09
Schiedsrichter	Stefan Kurth, Niesenweg 6d, 3422 Kirchberg	
	stefanscb@bluewin.ch	M 079 710 22 73
Rechnungsrevisoren	Reto Kissling, Lochstieggweg 72, 3053 Münchenbuchsee	
	reto.kissling@bluewin.ch	M 079 308 87 50
	Mike Brodbeck, Von-Gunten-Strasse 8, 3006 Bern	
	mbrodbeck@polyconsult.ch	M 078 659 76 19
HGO-«Beizli» Wirt	Thomas Joss, Beethovenstrasse 18, 3073 Gümligen	
	thomas.joss@bluewin.ch	M 079 218 33 87
Materialverwalter	Stefan Moser, Mattenweg 9, 3084 Wabern	
	mosi1@gmx.ch	M 079 417 53 34



Funktionäre		
Spielplan- verantwortlicher	Dino Marc Hadorn, Bergackerweg 13, 3066 Stettlen	
	dino.hadorn@bluewin.ch	M 079 694 38 50
Hallendienstplaner	Sven Klädtke, Meriedweg 27, 3172 Niederwangen	
	sven.klaedtke@hotmail.com	M 079 725 10 07
Webmaster	Bruno Streit, Alpenstrasse 6c, 3072 Ostermundigen	
	bst-support@sunrise.ch	M 079 769 30 80
Cluborganredaktorin	Christine Etienne, Lutertalstrasse 31/17, 3065 Bolligen	
	christine.etienne@snf.ch	M 078 810 90 77
J&S Coach	Marcel Jakob, Bernastrasse 29, 3005 Bern	
	marcel.jakob@gmx.ch	M 079 701 26 44
Leiter Eventteam	Stefano Scassa, Murtenstrasse 340, 3027 Bern	
	stefano.scassa@bluewin.ch	M 079 486 33 10




**Adressänderungen bitte an die HGO-Vereinsadresse senden
(hgo@hgo.ch)**

Wichtige Adresse	Schweizerischer Handball – Verband Tannwaldstrasse 2 Postfach 1750 4600 Olten	
	shv-fsh@handball.ch	G 031 370 70 00



HGO im Facebook



HGO
@Ostermundigen

Startseite

Info

Fotos

Videos

Veranstaltungen

Beiträge

Services

Shop

Notizen


Angebote

Jobs

Community

Hervorheben


Zum Ad Center



Erstelle Veranstaltungen, um mehr Menschen zu erreichen

Seiten wie deine erreichen durchschnittlich 1421 Personen pro Veranstaltung. Veranstaltungen eignen sich hervorragend, um dein Unternehmen bekannter zu machen.

[Veranstaltung erstellen](#)



Gefällt dir ▼
 Abonniert ▼
 Teilen
...

[Kontaktiere uns](#)

Info [Seiteninfos bearbeiten](#)

ALLGEMEIN

Kategorie	Amateurmannschaft	Bearbeiten
Name	HGO	Bearbeiten
Benutzername	@Ostermundigen	Bearbeiten


SEITENINFOS

- + Unternehmensdetails bearbeiten
- Gegründet am 15. März 1974
- Unternehmensart bearbeiten
- Bearbeiten Mission

KONTAKTINFO

- + Telefonnummer eingeben
- m.me/Ostermundigen
- + E-Mail-Adresse eingeben
- <http://www.hgo.ch/>

STORY



Our Story

Die HGO wurden am 15. März 1974 von einer Gruppe sportbegeisterter junger Leute im Restaurant Tell in Ostermundigen gegründet.

Wie viele andere Vereine auch, hatten die HGO anfänglich einige Hürden zu überwinden, bis ein geregelter Trainingsbetrieb aufgenommen werden konnte. Trainingshallen mussten organisiert, Funktionäre und Trainer gefunden werde...

+ Stelle deine Geschichte fertig, um potenziellen Kunden mehr über dein Unternehmen zu erzählen.





HGO im Instagram (neu!)

